

**Atıf Bilgisi:** Kaya, A.Y. ve Ata, F. (2023). Covid-19 salgını sürecinde ev içi spor haberlerine yönelik bir içerik analizi. *İNİF E- Dergi*, 8(1), 154-171.

## COVID-19 SALGINI SÜRECİNDE EV İÇİ SPOR HABERLERİNE YÖNELİK BİR İÇERİK ANALİZİ\*

Prof. Dr. Ahmet Yalçın KAYA\*\*

Dr. Öğr. Üyesi Fırat ATA\*\*\*

DOI: 10.47107/inifedergi.1148868

**Araştırma Makalesi\*\*\*\***

Başvuru Tarihi: 26.07.2022

Kabul Tarihi: 04.05.2023

### Öz

Fiziksel, psikolojik ve sosyolojik faydaları bulunan spor sayesinde insanlar, fiziksel sağlıklarını korumakta, psikolojik olarak kendilerini iyi hissetmekte ve toplumsal alan içerisinde sosyalleşebilmektedir. Tarihsel açıdan oldukça köklü bir geçmişi bulunan sporun ana unsuru oyundur. Sporun ilk örnekleri arasında “avcılık, at binme ve kılıç oyunu” gibi faaliyetler sıralanabilir. Günümüzde futbol, basketbol, voleybol, atletizm ve benzeri dallarıyla ön plana çıkan spor, Covid-19 Salgını sebebiyle mekânsal açıdan bir sınırlama yaşamıştır. Dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de etkin olan ve birçok toplumsal alanı etkileyen Covid-19 Salgını, spor faaliyetlerinin ertelenmesine ve/veya sınırlandırılmasına neden olmuştur. İnsanlar, salgın sürecinde genel olarak ev içerisinde yaşamış ve spor faaliyetleri kamusal alandan ev içine transfer olmuştur. İnternet gazeteleri (hürriyet.com.tr, milliyet.com.tr, sözcü.com.tr) ve internet haber sitelerindeki (ensonhaber.com, mynet.com, haberler.com) “ev içi spor” haberlerini konu edinen bu çalışmada içerik çözümlemesi kullanılarak 117 haber metni analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, Covid-19 Salgını sürecinde “dans ve yoga” gibi biçimsel ev içi egzersizleri kadar “bulaşık yıkama ve bahçe işleri yapma” gibi biçimsel olmayan egzersizler de ön plana çıkmıştır. Çalışma bulgularına göre, ev içi egzersizler spordan sonra en çok siyaset ve magazinle ilişkilendirilmiştir. Ev içi spor egzersizleri, en çok resmi kurumlar/kuruluşlar tarafından servis edilmiştir. Belirtilenlere ek olarak ev içi spor egzersizleriyle ilgili bilgi veren kaynakların unvan bilgilerine haber metinlerinde genel olarak yer verilmediği de çalışma kapsamında elde edilen bir diğer bulgu olmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Spor Gazeteciliği, Spor Haberciliği, Ev İçi Spor, Covid-19 Salgını.

## A CONTENT ANALYSIS OF THE NEWS ABOUT HOME SPORTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

### Abstract

Thanks to sports, which have physical, psychological and sociological benefits, people protect their physical health, feel psychologically good and socialize in the social space. The main element of the sport, which has a very deep-rooted history in terms of history, is the game. Activities such as “hunting, horse riding and swordplay” can be listed among the first examples of sports. Today, football, basketball, volleyball, athletics and similar sports that come to the fore with their branches have experienced a spatial limitation due to the Covid-19 Pandemic. The Covid-19 Pandemic, which is active in Turkey as well as in the world and affecting many social areas, has caused the postponement and/or limitation of sports activities. People generally lived in the house during the pandemic and sports activities were transferred from the public space to the house. In this study, which deals with the news of “home sports” in internet newspapers

\* Bu çalışma, 4. Uluslararası Herkes İçin Spor Zirvesi’nde “Spor Haberciliği: Covid-19 Pandemisi Sürecinde Ev İçi Spor Egzersizleri” başlıklı özet bildirinin genişletilmiş ve güncellenmiş versiyonudur.

\*\* Selçuk Üniversitesi- İletişim Fakültesi, E-mail: aykaya@selcuk.edu.tr, ORCID: 0000-0001-6818-342X.

\*\*\* Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi- Antakya Meslek Yüksekokulu, E-mail: firatata47@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0905-0739.

\*\*\*\* Yazar / yazarlar, makalede araştırma ve yayın etiğine uyulduğuna ve kullanılan fikir ve sanat eserleri için telif hakları düzenlemelerine riayet edildiğine yönelik beyanda bulunmuştur.

(hurriyet.com.tr, milliyet.com.tr, sozcu.com.tr) and internet news sites (ensonhaber.com, mynet.com, haber.com) 117 news texts were analyzed using the content analysis. According to the findings, informal exercises such as “washing dishes and gardening” have come to the forefront as well as formal home exercises such as “dance and yoga” during the Covid-19 Pandemic. According to the findings of the study, home sports exercises were most associated with politics and magazines after sports. Home sports exercises were mostly served by official institutions/organizations. In addition to the ones stated, the title information of the sources giving information about home sports exercises is not included in the news texts in general, was another finding obtained within the scope of the study.

**Keywords:** Sports, Sports Journalism, Sport News, In-House Sports, Covid-19 Pandemic.

## Giriş

Kişisel ve toplumsal anlamda “eğitme, eğlendirme ve rekabet oluşturma” gibi birçok işlevi bulunan sporun ana unsuru oyundur. Sporun ilk örnekleri arasında “avlanma, at binme ve kılıç oyunu” gibi faaliyetler bulunmaktadır. Belirtilen faaliyetlerde olduğu gibi ilk spor dalları, insanların hayatlarını devam ettirebilmek veya hayatta kalabilmek için gerekli olan eylemleri içermektedir. Tarihsel süreç içerisinde birçok farklı spor dalı ortaya çıkmış; fakat bu spor dalları herkes tarafından icra edilememiştir. Sporun toplumsal bir etkinlik halini alması Rönesans, Reform ve Sanayi Devrimi gibi birçok gelişme sonrasında mümkün olmuştur. Özellikle Orta Çağ Avrupası’nda spor üzerindeki kilise kontrolü bahsi geçen gelişmeler sonucu ortadan kalkmış ve insanlar ekonomik durumları ve sosyal statüleri fark etmeksizin spora erişmeye başlamıştır (Savaş, 1997, s. 304; Tezcan, 2019, s. 621).

Toplumun geneline hitap eder bir form kazanmasıyla spor medya alanında da yer bulmaya başlanmıştır. Dünya genelinde Sporting Life ve Le Spor, Türk basın tarihindeyse Tasvir-i Efkâr ve Futbol adlı gazete ve dergilerde ilk spor haberleri/metinleri yayınlanmıştır. Fransa’daki spor faaliyetlerini izleyen ve bu izlenimlerini okurlarla paylaşan Servet-i Fünun yazarlarının içerikleri, Türk basın tarihindeki ilk spor haberleri/metinleri arasında gösterilmektedir (Çetin, 2015, s. 153; Çakır, 2008, s. 169). Tarihsel süreç içerisinde yeni dalların ve unsurların eklendiği spor alanına toplumsal yapıdaki birçok farklı kurum ve kuruluş gibi medya da ilgisini arttırmıştır.

Spor, geçmişten günümüze gelinceye değin sadece gazete içerisinde yer alan bir habercilik alanı olmamış aynı zamanda tematik olarak/tek başına çıkabilecek kadar ilgi gören bir gazetecilik alanına dönüşmüştür (Kürkçü Dumanlı, 2016, s. 3). Tematik olarak çıkabilecek ilgiye ve güce sahip olan spor, “ekonomi, siyaset, sanat, kültür ve sağlık” gibi birçok toplumsal kavramla da yakın ilişkiler geliştirmiştir. Belirtilen alanlar arasında özellikle spor ve sağlık, bir bütünün önemli iki parçası olarak karşımıza çıkmaktadır. Spor ve sağlık arasındaki ilişki, Dünya genelinde etkin olan Covid-19 Salgını sürecinde ayrı bir önem arz etmektedir. Kamusal alandan izole olan ve ev içerisinde yaşamak durumunda kalan insanlara haber metinleriyle birçok ev içi spor egzersizi tavsiye edilmiştir. Ev içi spor egzersizleri temalı haberler, Covid-19 Salgını sürecinde hem fiziksel hem de zihinsel açıdan sağlıklı olabilmeleri için okurlara servis edilmiştir (Pinto vd., 2020, s. 347; Mattioli vd., 2020, s. 852).

Belirtilenler doğrultusunda bu çalışmanın ana sorunsalı, internet gazeteleri ve internet haber sitelerindeki ev içi spor temalı haberlerin biçimsel ve yapısal çerçevesine yönelik bir durum tespiti eksikliği olarak belirlenmiştir. Çalışmanın ana sorunsalı, ev içi spor egzersizlerinin Covid-19 Salgını sürecinde birçok farklı kurum ve kişi tarafından medyada görünür kılınması/popüler olması dolayısıyla seçilmiştir. Bu noktada, ev içi spor egzersizlerini konu edinen haber metinlerinde “kaynak, sunum, inşa süreci vb.” gibi noktaların tanımlanması bir gereklilik olarak karşımıza çıkmıştır. Sunum ve inşa sürecinde dikkat çekici bulgular taşınması ve ev içi spor egzersizlerini içeren haberlerde bilgisine

başvurulan kaynakların meslek ve uzmanlık alanlarına düşük düzeyde yer verildiğini ortaya koyması açılarından önem arz eden bu çalışma, dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, “spor ve spor basını” kavramlarına ikinci bölümdeyse “Covid-19 Salgını sürecindeki ev içi spor egzersizlerine” yönelik bir literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Üçüncü bölümde, çalışmanın yöntemiyle ilgili genel bilgiler verilmiştir. Çalışmanın dördüncü bölümünde, elde edilen bulgular ve bu bulgulara ait yorumlar bulunmaktadır. Çalışma, belirtilen dört bölüm sonrası genel bir değerlendirmenin bulunduğu sonuç kısmıyla tamamlanmaktadır.

### 1. Spor ve Spor Basını

Spor, “tek başına, toplu veya takım halinde yapılan, kendine özgü kuralları/ teknikleri olan, bedensel ve zihinsel yetilerin gelişmesini sağlayan, eğitici ve eğlendirici faaliyetler” olarak tanımlanan bir kavramdır (Savaş, 1997, s. 304). Erdemli’ye (2002, s. 59) göre, spor kavramının tanımına yönelik farklı değerlendirmeler bulunmaktadır. Bir bakış açısına göre spor, 14. yüzyılda İngiltere’de başlayan ulusallaşma hareketiyle ortaya çıkmıştır. Latince sözcüklerin (disport ve desport) başındaki ekler atılınca geriye “sport” kavramı kalmıştır. Diğer bir görüşe göre ise Akdenizli denizciler, spor kavramını limanda (port) geçirdikleri keyifli yaşantıyı denizdeki güçlüklerle dolu yaşamlarının karşılığı olarak anlatmak için (argo niteliğinde) kullanmıştır. Bu noktada, İspanyolcada “de porte” (limanda olmak) anlamına gelen spor kavramı, ikinci görüşü desteklemektedir. Özellikle 14. yüzyılda gemiler uzun seferlerden sonra limana yanaştığında, yükler indirilirken denizcilerin limanda çeşitli oyunlar oynadıklarıyla ilgili bilgiler bulunmaktadır.

Oyun unsurunu içeriğinde barındıran spor kavramı, tarihin her döneminde günümüzdeki gibi herkesin oynayabildiği ve/veya icra edebildiği bir alan olmamıştır. Özellikle Orta Çağ Avrupası’nda sadece kilisenin izin verdiği kişiler spor yapabilmıştır. Tezcan’a (2019, s. 621) göre, sınıf ayrımı gözetilen toplumlarda soylular ve yüksek sınıftan olan kişiler tarafından oynanabilen-halktan kişilerin oynaması uygun görülmeyen birçok spor dalı söz konusu olmuştur. Orta Çağ’daki baskıcı etki, Rönesans ve Reform gibi aydınlanma hareketleriyle esneklik gösterse de sporun toplumun geneli tarafından icra edilebilen bir etkinliğe dönüşmesi ancak Sanayi Devrimi’yle mümkün olmuştur.

İnce’ye (2017, s. 549) göre toplumun geneline yayılmasıyla spora duyulan ilgide ve spor dallarının çeşitliliğinde bir artış meydana gelmiştir. Spor dallarındaki artış ise insanların sporla ilgilenme şekillerini giderek değiştirmiştir. Teknik imkânlar, yaşam koşulları, ihtiyaçlar, spora olan ilgiyi şekillendirmede belirleyici olmuştur. Önceleri saldırı ve savunma amaçlı yapılan zıplama, avcılık, ok ve mızrak atma, yumruk vurma gibi dallardan, atçılık, kizak, kayak vb. alanlara yayılmıştır. Belirtilenlere ek olarak futbol, basketbol, voleybol, güreş, halter de günümüzde ön plana çıkan spor dalları arasında bulunmaktadır.

Spor, insan yaşamının daha kaliteli, sağlıklı ve dengeli bir şekilde sürdürülebilmesi için gerekli olan bir ögedir. Sportif faaliyetler, insanları gündelik yaşama psikolojik ve sosyal olarak hazırlamaktadır (Ekmekçi vd., 2013, s. 91). Hangi yaşta olursa olsun, bilimsel temellere dayalı, bilinçli ve sistemli yapılan spor, insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, uyumlu, başarılı ve mutlu olmasında önemli bir rol oynamaktadır (Atasoy ve Kuter Öztürk, 2005, s. 11). Kaplan ve Akkaya (2015, s. 117) günümüzde yaşantımıza önemli faydaları olan sporun yeni içerikler ve gelişmelerle kiteselleştiğini, örgütlendiğini, küreselleştiğini, çeşitlendiğini, profesyonelleştiğini, ticarileştiğini, bilimselleştiğini ve siyasallaştığını vurgulamaktadır. Kaplan ve Akkaya (2015, s. 117), sporun gündelik hayat içerisinde artılarıyla birlikte sporun endüstrileşme boyutunu atlamamak gerektiğini belirtmektedir. Spor, günümüzde ekonomi-politik boyutları da bulunan bir kavram halini

almıştır.

Toplumsal alanda ilgi gören spor, basında da önemsenen ve farklı dallarıyla okurlara ulaştırılan bir alandır. Spor basını, en genel tanımıyla spor haberlerine yer veren basın türüdür. Diğer bir ifadeyle spor basını, habere konu olan olay, olgu veya nesneyle ilgili bütünleyici ve farklı bakış açılarını okur kitlesine ulaştıran basın türüdür (Kaya, 2000, s. 233). Türk basınındaki ilk spor yazısı, 1891 yılında Servet-i Fünun Dergisi yazarlarından biri olan Ali Ferruh Bey'in "eskrim" adlı spor dalını tanıttığı metindir. Ali Ferruh Bey, Paris'te kaleme alarak gazeteye gönderdiği haber metinlerinde eskrimin faydalarını ve tarihçesini bir yazı dizisi şeklinde ele almıştır (Çetin, 2015, s. 153). Türk basınındaki ilk spor dergisi, 1910 yılında yayın hayatına başlayan ve yedi sayı yayımlanabilen Futbol'dur. Futbol Dergisi, futbolun yaygınlaşmasına ve gelişmesine hizmet etmiş; bu bağlamda sporun özellikle de futbolun sağlık, ahlak ve beden gelişimi açısından önemini vurgulayan haberler yayımlamıştır (Çakır, 2008, s. 169).

Spor haberleri, günlük bir gazetede ilk kez 1911 yılında yayınlanmıştır. Galatasaray Kulübü'nün üyesi olan Abidin Daver, İstanbul'da oynanan Galatasaray-Tamaşvar ile İstanbul Karması-Tamaşvar karşılaşmalarını Tasvir-i Efkâr gazetesinde haber olarak yayınlatarak spor basınına önemli bir katkı sağlamıştır (Özsoy, 2011, s. 212). Futbol ve Tasvir-i Efkâr'ın ardından Selim Sırrı Tarcan 1912 yılında "Terbiye ve Oyun'u", Lemi Bey 1913 yılında "İdman'ı" ve Said Tefvik Bey de 1919 yılında "Spor Âlemi" adlı gazete ve dergileri çıkarmıştır (Bülbül, 2000, s. 230). Cumhuriyetin ilanından sonra da önceki yıllarda olduğu gibi spor basını gelişmeye ve niceliksel örnekleriyle artış göstermeye devam etmiştir. Akşam ve Cumhuriyet adlı gazeteler, ilk sayfalarında spor içeriklerine yer vermiştir. Bu noktada, Akşam'ın spor haberlerine birinci sayfada yer veren ilk gazete olduğunu atlamamak gerekmektedir (Atalay, 2004, s. 89-90).

Spor haberciliği sadece geleneksel medya araç ve ortamlarında değil aynı zamanda dijital araç ve ortamlarda da yer bulmaktadır. Dijital yayıncılığın yapıldığı alanlardan biri olan spor haberciliği, çevrimiçi mecralarda sıkça yer almakta, geleneksel spor yayıncılığı yapan televizyon kanalları yayınlarını eş zamanlı dijital olarak da yayımlamaktadır. Spor haberciliği için yayın haklarını satın alan yayın kuruluşları daha fazla okura/izleyiciye ulaşmak adına dijital televizyon ve uygulamalarla yayınlarını aktarmaktadır. Kurumsal spor haberciliğinin yanı sıra dijital dünyanın getirdiği olanaklarla bireysel spor haberciliği de oldukça yaygınlaşmıştır (Budak, 2019, s. 226). Önceleri, geleneksel gazetelerde yayınlandıktan sonra internet aracılığıyla okurlara ulaştırılan spor haberleri, teknolojik olanakların artması ve yaygınlaşmasıyla önce internet gazetelerinde, ardından geleneksel gazetelerde yer almaya başlamıştır (Kazaz, 2013, s. 228; Özsoy, 2012, s. 98). Özetlemek gerekirse gazeteciliğin önemli uzmanlık alanlarından biri olan spor haberciliği, birçok ülkede ilgiyle takip edilmektedir. Gazetelerdeki ek sayfaların yanı sıra, tematik yayınlar aracılığıyla da faaliyetlerini sürdüren spor gazeteleri, internet teknolojisindeki gelişmelerle birlikte içeriğini çevrimiçi mecralara da taşımış ve küresel ölçekte yayımlanabilir hale gelmiştir (Basmacı, 2020, s. 129; Kürkçü Dumanlı, 2016, s. 3).

Birinci bölüm üzerine gerçekleştirilen literatür taraması, spor kavramının tanımsal açıdan farklı bakış açılarıyla değerlendirildiğini ve sporun psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik işlevlere sahip olduğunu göstermektedir. Spor içeriklerinin gazete ve dergilerde yer almaya başlamasıyla önem kazanan spor basınındaki ilk haberler genelde tanıtım boyutlarıyla ön plana çıkmaktadır. Günümüzde hem geleneksel hem de dijital ortam ve araçlarla gerçekleştirilebilen spor haberciliği, Covid-19 Salgını gibi insanların kamusal alandan ziyade ev içerisinde yaşamak zorunda kaldığı süreçlerde bir rehber niteliği taşımaktadır.

## 2. Covid-19 Salgını Sürecinde Ev İçi Spor Egzersizleri

Covid-19 Salgını sürecinde “mecbur kalınmadıkça dışarı çıkılmaması/evlerde kalınmasıyla” ilgili kurallar ve öneriler ön plana çıkmıştır. Bu doğrultuda “tiyatro, sinema, gösteri merkezi, konser salonu, nişan/düğün salonu, çalgılı/müzikli lokanta/kafe, gazino, birahane, taverna, kahvehane, kıraathane, kafeterya, kır bahçesi, nargile salonu, nargile kafe, internet salonu, internet kafe, her türlü oyun salonları, her türlü kapalı çocuk oyun alanları (alışveriş merkezi ve lokanta içindekiler dâhil), çay bahçesi, dernek lokalleri, lunapark, yüzme havuzu, hamam, sauna, kaplıca ve spor merkezlerinin faaliyetleri” İçişleri Bakanlığı Genelgeleriyle bazı dönemlerde geçici olarak durdurulmuştur (Gümüşgül ve Aydoğan, 2020, s. 128).

Dünyayı etkisi altına alan, yüksek sayılarda ölümlere neden olan ve başta ekonomi, siyaset birçok alanı doğrudan ve/veya dolaylı olarak etkileyen Covid-19 Salgını spor faaliyetlerini de etkilemiştir. Uluslararası dev spor organizasyonları da dâhil olmak üzere neredeyse tüm spor faaliyetleri ertelenmiş ya da iptal edilmiştir. Bu durum, insanların fiziksel olarak aktif kalma olanaklarının azalmasına neden olmuştur (Drewes vd., 2021: 125; Pinto vd., 2020, s. 347).

İnsanlar, Covid-19 Salgını sürecinde minimum seviyedeki imkânlar doğrultusunda uyguladıkları ev içi spor egzersiziyle hem fiziksel hem de zihinsel olarak sağlıklı kalmaya çalışmıştır (Lim ve Pranata, 2021, s. 447). Mattioli ve arkadaşlarına göre, Covid-19 Salgını sürecinde ev içi spor egzersizlerini artırmaya ve sağlıklı beslenmeye yönelik stratejilerin uygulanması önem arz etmektedir. Bu stratejilerin Covid-19 Salgını sürecindeki ev içi yaşama ve sonrasındaki kamusal yaşama uyumu kolaylaştırması öngörülmektedir (2020, s. 852). Ev içi spor egzersizlerinin Covid-19’un etkileriyle mücadeleye doğrudan yardımcı olabilecek birçok faydası bulunmaktadır. Önemli sağlık yararları için yetişkinler her hafta 150-300 dakika orta yoğunlukta fiziksel aktivite yapmalı ve oturarak geçirilen süreyi sınırlandırmalıdır. Önerilen ev içi egzersizleri arasında hem biçimsel/formal (yoga, dans, ağırlık kaldırma) hem de biçimsel olmayan/informal (çamaşır ve bulaşık yıkama, temizlik ve bahçe işleri gibi) kategoriler bulunmaktadır (Wedig, 2021, s. 346).

Salgın ya da benzeri kısıtlamalar döneminde evde yapılabilecek aerobik ve kuvvet antrenmanlarının yanında “dans, yoga ve video oyunları” gibi seçenekler de göz ardı edilmeyerek biçimsel ve biçimsel olmayan egzersizler birlikte kullanılmalıdır. Ev içi spor egzersizlerinin süresi, “kişinin yaşı, sağlık durumu ve imkânlarına” göre planlanmalıdır. Örneğin, “aerobik, kürek hareketi, dans, yoga, jimnastik” gibi egzersiz alanları ve “kondisyon bisikleti ile koşu bandı” gibi egzersiz araçları yaş ve sağlık durumu dikkate alınarak kullanılabilir. Belirtilen egzersizlerin yoğunluğu, “kalp atış hızı ve hissedilen yorgunluk seviyesi” gibi parametrelere bakılarak düzenlenebilir. Bu noktada fiziksel aktiviteyi ve egzersiz düzeyini salgın döneminden bağımsız olarak mevcut imkânlar doğrultusunda tasarlamak ve olası bir hareketsizliği halk sağlığı sorunu olarak değerlendirmek gerekmektedir (Özkan ve Diliçkık, 2020, s. 170).

Böylece fiziksel hareketsizliğin “kalp hastalıkları, obezite, kanser, diyabet, hipertansiyon, bağışıklık sistemi, kemik ve eklem hastalığı, depresyon ve uyuma sorunu” gibi yaşam kalitesini düşüren birçok sağlık tehdidi önlenir (Mutz, 2021, s. 187). Gümüşgül ve Aydoğan’a (2020, s. 113) göre ise ev içi egzersizler ve oynanabilecek oyunlar, gençlerin ve ebeveynlerin uzun süre hareketsiz kalarak bilgisayar oyunlarına ve akıllı telefonlara maruz kalmasını engelleyebilir. Bu oyunların aile içi sosyalleşmeyi arttıracığı, bireylerin birbirini daha fazla dinleyeceği, anlayacağı, daha çok paylaşımda bulunacağı, Covid-19 Salgını kaynaklı bazı kaygıların ve stresin yaşanmasına engel

olabileceği, evde kalınan süreçte hareket etme fırsatı oluşturacağı düşünülmektedir.

### 3. Yöntem

Ana sorunsal ev içi spor haberlerinin biçimsel ve yapısal çerçevesini ortaya koyabilmek olan bu çalışmada “içerik çözümü” yöntemi kullanılmıştır. Ögülmüş’e (2019, s. 213) göre içerik çözümü, “psikoloji, sosyoloji, tarih, edebiyat, gazetecilik, siyasi bilimler” gibi alanlarda farklı amaçlarla kullanılabilen bir araştırma yöntemidir. İçerik çözümü, davranışları doğrudan doğruya gözlemlemek yerine bireylerin sembolik davranışlarını ya da iletişim materyallerini (kitap, makale, televizyon yayınları, film içerikleri, okur veya izleyicilerin iletişim materyallerine karşı tutumları) incelemeye dayanmaktadır.

İçerik çözümü, “nesnel, sistematik, nitel ve nicel” olma gibi özellikler taşımaktadır. İçerik çözümü, farklı araştırmacıların aynı süreçte ve kapsamda benzer sonuçlara ulaşmasını mümkün kıldığı için nesneldir. İçerik çözümü, sistematiktir; çünkü yöntemin uygulanmasında “verilerin incelenmesi, kodlama cetvelinin oluşturulması, verilerin analiz programına girilmesi ve yorumlanması” gibi izlenmesi gereken aşamaları bulunmaktadır. İçerik çözümü, önemli istatistikler sunduğu için nicel ve bu sayısal verilerin yorumlanmasını da kapsadığından nitel boyutlara sahip bir yöntemdir (Yüksel, 2015, s. 6-8).

İçerik çözümü yöntemi kullanılan araştırmalarda ilk olarak analiz edilmesi planlanan veri seti/grubu ön incelemeye alınmaktadır. Ön inceleme sonucu araştırmacı, çalışma alanı hakkında fikir sahibi olmaktadır. Araştırmacı, ikinci aşamada ilk incelemeler sonucu ölçmek istediği soruları/maddeleri (kategori ve sınıflandırma) içeren kodlama cetvelini oluşturmaktadır. Üçüncü aşamada, medya metinleri/içerikleri kodlama cetveline göre işlenmektedir. Dördüncü aşamada, kodlama cetveline işlenen veriler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) veya benzeri bir analiz programına girilmektedir. Araştırmacı, son aşamadaysa istatistiksel verileri içeren tablolarda ön plana çıkan/dikkat çeken sonuçları yorumlamaktadır.

#### 3.1. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni, internet gazeteleri ve internet haber siteleridir. Çalışmanın örnekleme evreni Dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de internet kullanım istatistiklerine yönelik detaylı bilgiler sunan Alexa verileri<sup>1</sup> temel alınarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda, 2021 yılında en çok tıklanan üç internet gazetesi (hürriyet.com.tr, milliyet.com.tr ve sözcü.com.tr) ve üç internet haber sitesi (ensonhaber.com, mynet.com ve haberler.com), çalışmanın örnekleme evreni olarak belirlenmiştir<sup>2</sup>.

#### 3.2. Sınırlılıklar

İncelenen haberlerin yayınlanma ve analiz edilme süreci arasındaki zamansal fark açıldığından çalışma kapsamında “zaman ve erişim” açılarından bir sorun söz konusu olmuştur. Zamansal fark ve erişim konusundaki sorunlar, konuyla ilgili daha fazla sayıda olması öngörülen haber metinlerinin 117 ile sınırlı kalmasına neden olmuştur. Dolayısıyla çalışma kapsamında elde edilen sonuçların internet gazetelerine ve internet haber sitelerine yönelik yapılması planlanan genelleme ve yansıtma potansiyeli ortadan kalkmıştır. Bu noktada, elde edilen sonuçların temsil etme gücü, evren ve örneklem alt başlığı içerisinde belirtilen 6 haber kuruluşu için geçerli olmuştur.

<sup>1</sup> Alexa, farklı alanlarla ilgili sitelerin listesini birlikte sunduğundan çalışma kapsamında incelenen internet gazeteleri ve internet haber siteleri genel/tüm sıralamadaki yerleri ile verilmiştir. Bu noktada hürriyet.com.tr 11., milliyet.com.tr 13., sözcü.com.tr 23., ensonhaber.com 9., mynet.com 24. ve haberler.com ise 36. sırada bulunmaktadır.

<sup>2</sup> Çalışmanın gerçekleştirildiği dönemde veri sunan Alexa, 2022 yılının sonlarına doğru kapanmıştır.

### 3.3. Araştırma Soruları

Bu çalışma kapsamında aşağıda belirtilen yedi araştırma sorusu cevaplanmaktadır:

- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninin internet kuruluşlarındaki dağılımı ve tasarımı nasıldır?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ev içi spor egzersizlerinin amaçları nelerdir?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ev içi spor egzersizlerini teşvik etmek için kullanılan tavsiyeler ve ilgi çekici unsurlar nelerdir?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ön plana çıkan ev içi spor egzersizleri ve türleri nelerdir?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ev içi spor egzersizlerinin ne tür faydalarından bahsedilmektedir?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ev içi spor egzersizlerinin ilişkilendirildiği toplumsal dinamikler nelerdir?
- Covid-19 Salgını sürecinde yayınlanan haber metninde ev içi spor egzersizleriyle ilgili bilgi veren kaynağa ait bilgiler nelerdir?

### 3.4. Verilerin Elde Edilmesi ve Kullanılan Testler

Çalışmada analiz edilmek üzere kullanılan veriler, yeni medyanın “depolama ve/veya arşivleme” özelliğiyle elde edilmiştir. Evren ve örneklem kısmında belirtilen altı internet haber kuruluşunun arama kısımlarına “ev içi spor, ev içi spor egzersizleri, Covid-19 ve spor, salgın ve spor, pandemi ve spor” gibi anahtar kelimeler yazılarak analiz edilecek haber metinleri belirlenmiştir. Sınırlı ve özel bir alanı kapsadığından literatürde çalışma konusuyla ilgili hazır bir ölçek ve/veya anket formu bulunamamıştır. Dolayısıyla çalışma kapsamında yazarlar tarafından oluşturulan bir kodlama cetveli kullanılmıştır. Diğer bir ifadeyle aramalar sonucu belirlenen 117 haber metninin hangi temalara göre kategorize edileceği içerik çözümlemesi yönteminin sistematik olmasını sağlayan “kodlama cetveli” kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu noktada, çalışma verilerinin güvenilirliğini ve geçerliliğini arttırabilmek için “araştırma öncesinde ve sonrasında” yazarlar tarafından iki farklı önlem ve/veya kontrol süreci göz önünde bulundurulmuştur. Öncelikle kodlama cetvelinde yer alan kategoriler ve sınıflandırmalar, çalışmanın yazarları tarafından analiz edilmek üzere belirlenen haber metninin ön incelemesi ile oluşturulmuştur. Yazarlar, ön inceleme sonucu elde ettikleri kategorilerdeki ve sınıflandırmalardaki uyumsuzlukları ve benzerlikleri gidererek kodlama cetvelini kullanıma hazır hale getirmiştir (1). Diğer yandan analizler sonucu elde edilen bulgularla herhangi bir uyumsuzluğun ve/veya çelişkinin olmasını engellemek için de ilk analizden üç hafta sonra aynı haber metinleri tekrar analiz edilmiştir. Kısa bir zaman aralığı sonrasında gerçekleştirilen iki farklı analiz süreci sonrası elde edilen bulgular çalışma kapsamında kullanılmıştır (2). Çalışmanın zamansal çerçevesiyse Covid-19 Salgınının ilk bir yılı olarak kabul edilebilecek 16 Mart 2020-16 Mart 2021 tarihleri arasında kapsamaktadır. Çalışma kapsamında elde edilen veriler, SPSS 22 programından işlenmiş ve tablolar oluşturularak yorumlanmıştır. Kodlama cetvelinde belirtilen kategorilerin genel istatistiklerini sunmak ve kısımlar arasındaki ilişki boyutunu ortaya koyabilmek amacıyla “frekans analizi ve korelasyon analizi” testleri kullanılmıştır.

### 3.5. Tanımlar

Veri toplama sürecinde kullanılan kodlama cetvelindeki temalara ait kategorilerin tanımlanması, çalışma bulgularının daha anlaşılır olması açısından önem arz etmektedir. Aşağıda belirtilen kategoriler ve tanımlamalar, “verilerin elde edilmesi ve kullanılan testler” kısmında da belirtildiği üzere ön değerlendirme sürecinde yapılan haber analizleri sonucu belirlenmiştir.

Covid-19 Salgını ile ilgili tanımlayıcı amaçlar (bilgilendirici); okurlarda tutum oluşturma eksenli amaçlar (ikna edici); salgının olumsuz noktalarını belirten amaçlar (hatırlatıcı), sürecin insan hayatı içerisindeki önem düzeyini belirten amaçlar (farkındalık oluşturma) ve süreçle ilgili okurlarda merak ve ilgi uyandıran amaçlar (merak uyandırma) bulunmaktadır.

Haberde önerilen tavsiyeler teması içerisinde okurların “uyku düzenlerine dikkat etmeleri, sağlıklı beslenmeleri, bağışıklık sistemlerini güçlü tutmaları, fiziksel ve psikolojik sağlıklarına önem vermeleri” şeklinde kategoriler bulunmaktadır. Diğer yandan Covid-19 Salgını sürecinde dijital iletişim araç ve ortamlarının (özellikle sosyal medya) dengeli kullanılması gerektiğine yönelik tavsiyeler de haber metinlerinde yer almaktadır.

Haberde kullanılan ilgi çekici unsurlar arasında “korku, endişe ve güven” temaları bulunmaktadır. Covid-19 Salgını sürecinin oluşturduğu belirsizlik “korku” ile salgın sürecindeki tedirginlikler ise “endişe” ile kategorize edilmiştir. Belirtilen iki temaya ek olarak resmi ve özel kurumların kullandığı “güven” teması da bulunmaktadır. Güven teması, okurların kendilerine sunulan önlem ve tavsiye duyurularına uymaları koşuluyla herhangi bir sorun yaşamayacakları konusunda bir sürece işaret etmektedir.

“İnternet gazeteleri ve internet haber siteleri” kavramları, bu çalışma kapsamında bir sektörü değil analiz edilen haber kuruluşlarını ifade etmektedir. Bu noktada internet gazeteleri ile hürriyet.com.tr, milliyet.com.tr ve sözcü.com.tr; internet haber siteleri ile de ensonhaber.com, mynet.com ve haberler.com adlı kuruluşlar kastedilmektedir.

## 4. Bulgular

Bu başlık altında çalışmanın uygulama kısmı için elde edilen bulgulara ve bu bulgulara ait yorumlara yer verilmiştir. Çalışma bulguları, Covid-19 Salgını sürecinde haber metinlerindeki ev içi spor egzersizlerinin genel anlamda “biçimsel spor” kategorisiyle ele alındığını göstermiştir. Ev içi spor egzersizlerinin haberlerde en çok “farkındalık oluşturma” amacıyla ve “güven inşa etme” cazibesıyla sunulduğu tespit edilmiştir. Haber metinlerinde en çok “sağlıkla” ilişkilendirilen ev içi spor egzersizlerinin “fiziksel rahatsızlıkları” giderebileceği belirtilmiştir.

### 4.1. Ev İçi Spor Temalı Haberlerin İnternet Kuruluşlarına Göre Dağılımı ve Tasarımı

Ev içi spor egzersizleri temalı haberlerin yer aldığı internet gazeteleri ve internet haber siteleri<sup>3</sup> Tablo 1 ile ev içi spor egzersizleri temalı haberlerdeki görsel ve yazınsal unsurların kullanımına Tablo 2 ile belirtilmiştir. Çalışmanın birinci araştırma sorusunu cevaplayabilmek için yapılan analizlerde internet gazeteleri arasında “milliyet.com.tr”, internet haber siteleri arasındaysa “haberler.com” ön plana çıkmaktadır. Görsel ve yazınsal unsurların kullanımıyla ilgili bulgulardaysa genellikle geleneksel gazetecilikte olduğu gibi “yazı ve fotoğraf” unsurlarıyla haberlerin tasarlandığı görülmektedir.

<sup>3</sup> İnternet gazeteleri, geleneksel örnekleri de olan bir alandır/araçtır. İnternet haber siteleri ise, sadece dijital ortamda yayın yapmaktadır.



**Tablo 1. Haberlerin İnternet Kuruluşlara Göre Dağılımı**

Haber Kuruluşunun Adı	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Hürriyet.com.tr	17	14,5	14,5	14,5
Milliyet.com.tr	53	45,3	45,3	59,8
Sözcü.com.tr	9	7,7	7,7	67,5
Ensonhaber.com	3	2,6	2,6	70,1
Mynet.com	12	10,3	10,3	80,3
Haberler.com	23	19,7	19,7	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Ev içi spor egzersizleriyle ilgili haberlerin kuruluş bazında dağılımı incelendiğinde haberlerin %45,3 ile en çok milliyet.com.tr’de yer aldığı görülmektedir. Milliyet.com.tr’yi %19,7 ile haberler.com ve %14,5 ile hürriyet.com.tr takip etmektedir. Ev içi egzersizleri temalı haberlerin en az yayınlandığı haber kuruluşuysa %2,6 ile ensonhaber.com olmuştur. Tablo 1’de sunulan bulgulara göre, internet gazetelerinde internet haber sitelerine göre daha fazla sayıda haber yayınlanmıştır.

**Tablo 2. Haberde Yazınsal ve Görsel Unsur Kullanımı**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Yazı+ Fotoğraf	59	50,4	50,4	50,4
Yazı+ Video	45	38,5	38,5	88,9
Yazı+ Fotoğraf+ Video	13	11,1	11,1	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Çalışma kapsamında analiz edilen haberlerin %50,4’ü geleneksel gazetecilikte olduğu gibi sadece “yazınsal metin ve fotoğrafla” oluşturulmuştur. Yazınsal metin ve fotoğraf kullanımını, “%38,5 ile yazınsal metin ve video kullanımı” takip etmektedir. Son olarak haberlerin %11,1’inde ise yazınsal metnin “fotoğraf ve video ile desteklendiği” görülmektedir. Tablo 2’deki bulgulara göre, analiz edilen haberlerin yarısında geleneksel gazetecilikte olduğu gibi yazınsal metin ve fotoğraf kullanımı söz konusuysa diğer yarısında internet haberciliğinin multimedya (çoklu medya) özelliği sayesinde yazınsal metin ve fotoğraf kullanımı, video ile güçlendirilmiştir.

#### 4.2. Ev İçi Spor Egzersizleri Temalı Haberlerin Amaçları

Ev içi spor egzersizleri temalı haberler, yapılan analizler sonucu “bilgilendirici, ikna edici, hatırlatıcı, farkındalık oluşturucu ve merak uyandırıcı” olmak üzere beş kategoride toplanmıştır. Belirtilen kategoriler arasında haber metinlerinin “farkındalık oluşturma” işlevi ön plana çıkmaktadır. Diğer bir ifadeyle Covid-19 Salgını gibi düzensiz ve belirsiz bilgilerin ön plana çıktığı bir süreçte haberler “toplumsal ve kişisel farkındalık oluşturan” metinler olarak karşımıza çıkmaktadır.

**Tablo 3. Haberin Amacı**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Bilgilendirici	33	28,2	28,2	28,2
İkna Edici	13	11,1	11,1	39,3
Hatırlatıcı	9	7,7	7,7	47,0
Farkındalık Oluşturma	39	33,3	33,3	80,3
Merak Uyandırıcı	23	19,7	19,7	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Haber metinlerindeki ev içi spor egzersizleri, %33,3 ile en çok “farkındalık oluşturma” amacı taşımaktadır. Farkındalık oluşturmaya birlikte haberin diğer amaçları arasında sırasıyla “%28,2 ile bilgilendirme, %19,7 ile merak uyandırma, %11,1 ile ikna etme ve %7,7 ile de hatırlatma” bulunmaktadır. Çalışmanın ikinci araştırma sorusunu cevaplayabilmek adına oluşturulan Tablo 3’teki bulgulara göre, Covid-19 Salgını sürecinde

haber metinleriyle “evde uygulanabilecek spor dalları ve bu spor dallarını uygularken dikkat edilmesi gereken noktalar” hakkında okurlarda farkındalık oluşturma amacına öncelik verilmektedir.

### 4.3. Ev İçi Spor Egzersizleri Temalı Haberlerdeki Tavsiyeler ve İlgi Çekici Unsurlar

Ev içi spor egzersizleri temalı haberlerin sunumunda kullanılan tavsiyeler Tablo 4 ile haberlerdeki ilgi çekici unsurlarsa Tablo 5 ile verilmiştir. Çalışmanın üçüncü araştırma sorusunu cevaplayabilmek için yapılan analizlerde ev içi spor egzersizleri temalı haberlerin sunumunda “fiziksel ve ruhsal sağlığı korumak” için tavsiyelerde bulunulmuş ve bu haberlerdeki ilgi çekici unsur olarak en çok “güven” kavramı kullanılmıştır.

**Tablo 4. Haberde Önerilen Tavsiyeler**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Uyku Düzeni	4	3,4	3,4	3,4
Sağlıklı Beslenme	10	8,5	8,5	12,0
Bağışıklık Sistemi	13	11,1	11,1	23,1
Ruhsal Güçlü Duruş	32	27,4	27,4	50,4
Dengeli Sosyal Medya Kullanımı	3	2,6	2,6	53,0
Fiziksel Güçlü Duruş	55	47,0	47,0	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Analiz edilen haberlerin %47 ile en çok “fiziksel güçlü duruşu” tavsiye ettiği görülmektedir. Fiziksel güçlü duruşu, “%27,4 ile ruhsal güçlü duruş, %11,1 ile güçlü bağışıklık sistemi, %8,5 ile sağlıklı beslenme, %3,4 ile uyku düzeni ve %2,6 ile de dengeli sosyal medya kullanımı” izlemektedir. Tablo 4’teki bulgulara göre, günün çoğu zamanını ev içerisinde geçiren insanlara fiziksel ve psikolojik sağlıklarını güçlü tutmak amacıyla tavsiyelerde bulunulmaktadır. Ayrıca, belirtilen tavsiyeler arasında “dengeli sosyal medya kullanımı” da bulunmaktadır.

**Tablo 5. Haberde Kullanılan İlgi Çekici Unsurlar**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Korku	20	17,1	17,1	17,1
Endişe	23	19,7	19,7	36,8
Güven	74	63,2	63,2	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Ev içi spor egzersizlerinin yer aldığı haberlerdeki ilgi çekici unsurları gösteren Tablo 5’teki bulgulara göre, “güven” %63,2 ile en çok kullanılan tema olmuştur. Güven temasını, “%19,7 ile endişe ve %17,1 ile de korku” temaları takip etmektedir. Elde edilen bulgular, haber metinlerinde okurların motivasyonlarını arttırmak için “güven” temasının ilgi çekici bir unsur olarak kullanıldığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle haber metinlerinde var olan mevcut durumla ilgili hem kişisel hem de kitlesel bir güven inşa etme çabası bulunmaktadır.

### 4.4. Haberlerde Ön Plana Çıkan Ev İçi Spor Egzersizleri ve Türleri

Haber metinlerinde ön plana çıkan ev içi spor egzersizleri Tablo 6 ile bu egzersizlerin türleri ise Tablo 7 ile verilmiştir. Fiziksel sağlığı korumak ve/veya güçlü tutmak için önerilen “kas egzersizleri”, haber metinlerindeki ev içi spor egzersizleri sıralamasında ilk sırada yer almaktadır. Haber metinlerinde biçimsel ev içi spor egzersizlerinin biçimsel olmayan ev içi spor egzersizlerinin önünde yer aldığı görülmektedir. Tablo 6 ve Tablo 7 ile belirtilen bulgular, çalışmanın dördüncü araştırma sorusunu cevaplamaktadır.

**Tablo 6. Ev İçi Spor Egzersizleri**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Solunum Egzersizleri	21	17,9	17,9	17,9
Ev içi Yürüyüşleri	19	16,2	16,2	34,2
Duruş Egzersizleri	19	16,2	16,2	50,4
Kas Egzersizleri	31	26,5	26,5	76,9
Boyun Egzersizleri	6	5,1	5,1	82,1
Pilates	16	13,7	13,7	95,7
Belirtilmemiş	5	4,3	4,3	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Haberlerde yer alan ev içi spor egzersizleri temalı haberlerinin %26,5 ile en çok “kas hareketleriyle” ilgili olduğu görülmektedir. Kas hareketlerini, “%17,9 ile solunum egzersizleri, %16,2 ile ev içi yürüyüşler ve duruş egzersizleri, %13,7 ile pilates ve %5,1 ile de boyun egzersizleri” takip etmektedir. Çalışma kapsamında analiz edilen haberlerin %4,3’ünde ise ev içi spor egzersiziyle ilgili bir terimden bahsedilmemiştir. Tablo 6’daki bulgulara göre, insanların ev içerisinde hareketsiz kalmalarına paralel olarak vücutta yaşanacak kas kayıplarının Covid-19 Salgını sürecinde en aza indirmeye çalışıldığını göstermektedir. Tablo 6’daki bulgularda elde edilen dikkat çekici noktalardan biri de haber metinlerinde “pilates” adlı spor dalının ayrı bir konum elde etmiş olmasıdır. Pilates’in bu dikkat çekici konumu evde kolayca uygulanabilir bir spor dalı olmasıyla ilişkilendirilebilir.

**Tablo 7. Ev İçi Spor Egzersizlerinin Türü**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Biçimsel	74	63,2	63,2	63,2
Biçimsel Olmayan	43	36,8	36,8	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Haberde bahsedilen ev içi spor egzersizlerinin %63,2’si biçimsel kategoride karşımıza çıkmaktadır. Haberlerin %36,8’indeyse biçimsel olmayan spor dallarından bahsedilmiştir. Bir diğer ifadeyle ev içi spor egzersizleri temalı her dört haberin üçünde “pilates, jimnastik, yoga, vücut geliştirme hareketleri, yürüyüş yapma” gibi biçimsel spor türlerinden bahsedilmiştir. Okurlara biçimsel spor türlerine alternatif olarak “çamaşır yıkama, bulaşık yıkama/asma, bahçe işleriyle uğraşma” gibi biçimsel olmayan spor türleri de sunulmuştur. Biçimsel olmayan spor dalları arasında özellikle belirtilmesi gereken iki nokta bulunmaktadır. Bunlardan birincisi milli sporcuların formlarını koruyabilmek için kendi imkânlarıyla oluşturdukları faaliyetlerdir. Milli sporcular, pet şişelerin içerisinde kumla doldurup spor salonlarındaki ağırlıklar gibi kullanmakla birlikte bokstaki kum torbaları yerine de koltuk minderleriyle idman yapmışlardır (Yeniçağ ve Erdoğan, 2020). Biçimsel olmayan spor türleri arasında belirtilmesi gereken ikinci noktaysa ev içi oyunlarla ilgilidir. Haber metinlerinde insanları olabildiğince hareket ettirmek amacıyla oyun tanıtımlarının/önerilerinin yapıldığı görülmektedir.

#### 4.5. Haberlerde Ön Plana Çıkan Ev İçi Spor Egzersizlerinin Faydaları

Ev içi spor egzersizleri, haber metinlerinde en çok fiziksel rahatsızlıkları giderici bir boyutla ön plana çıkmaktadır. Çalışmanın dördüncü araştırma sorusunu cevaplayabilmek için yapılan analizlerde fiziksel rahatsızlıkların yanı sıra psikolojik faydaların da haber metinlerinde kullanıldığı tespit edilmiştir.

**Tablo 8. Ev İçi Spor Egzersizlerinin Faydaları**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Fiziksel Rahatsızlıkları Giderme	68	58,1	58,1	58,1
Psikolojik Rahatsızlıkları Giderme	9	7,7	7,7	65,8
Sosyolojik Rahatsızlıkları Giderme	7	6,0	6,0	71,8
Fiziksel ve Psikolojik Rahatsızlıkları Giderme	33	28,2	28,2	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Tablo 8’de belirtilen bulgulara göre, ev içi spor egzersizlerinin %58,1 ile en çok “fiziksel” faydasının olduğu görülmektedir. Fiziksel faydaların yanı sıra haberlerin %7,7’sinde psikolojik %6’sındaysa sosyolojik bir fayda ön plana çıkmaktadır. Belirtilen istatistiksel bilgilere ek olarak çalışma kapsamında analiz edilen haberlerin %28,2’sinde fiziksel ve psikolojik faydalar birlikte sunulmuştur. Haber metinlerinde okurların hem bedensel hem de ruhsal sağlığına yönelik faydalar ön plana çıkarılmıştır.

#### 4.6. Haberlerde Ön Plana Çıkan Ev İçi Spor Egzersizleri ve Toplumsal Dinamikler

Covid-19 Salgını sürecinde, ev içi egzersizler sadece sporla değil aynı zamanda “sağlık, siyaset ve magazin” gibi birçok farklı toplumsal dinamikle da ilişkilendirilmiştir. Belirtilen dinamikler, ev içi spor egzersizlerinin toplumsal boyutlarını ortaya koymasından önem arz etmektedir.

**Tablo 9. Ev İçi Spor Egzersizlerinin İlişkilendirildiği Toplumsal Dinamikler**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Spor ve Siyaset	17	14,5	14,5	14,5
Spor ve Magazin	24	20,5	20,5	35,0
Spor ve Ekonomi	1	,9	,9	35,9
Spor ve Kültür-Sanat	8	6,8	6,8	42,7
Spor ve Teknoloji	5	4,3	4,3	47,0
Sadece Spor	20	17,1	17,1	64,1
Spor ve Sağlık	35	29,9	29,9	94,0
Spor ve Eğitim	7	6,0	6,0	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Çalışma kapsamında analiz edilen haberlerde %29,9 ile en çok “sağlık” ön plana çıkmıştır. Sağlığı “%20,5 ile magazin, %17,1 ile spor, %14,5 ile siyaset, %6,8 ile kültür-sanat, %6 ile eğitim ve %4,3 ile de teknoloji dinamikleri” takip etmiştir. Çalışmanın altıncı araştırma sorusunu cevaplayabilmek için oluşturulan Tablo 9 bulgularına göre sporun en çok sağlıkla ilişkilendirilmesi beklenen bir bulguyken magazinle olan bağlantısı ise şaşırtıcı bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bulgunun temel sebeplerinden biri, magazin ünlülerinin ev içerisinde yaptıkları spor egzersizleriyle haberlere konu olmasıdır. Ayrıca, belediye ve diğer resmî kurumların ev içi spor egzersizlerine yönelik uygulamaları (online spor seansları vb.) siyasetin; sporcuların maddi anlamda karşılaştıkları sorunlara ekonominin sporla ilişkilendirilmesini sağlamıştır. Haberlerin %17,1’inde hiçbir toplumsal dinamikle bağlantı kurulmadan sadece spora yer verilmesi de dikkat çeken bir diğer bulgu olmuştur.

#### 4.7. Haberlerdeki Ev İçi Spor Egzersizlerinin Kaynak Bilgileri

Ev içi spor egzersizleriyle ilgili kaynak bilgileri, Tablo 10, Tablo 11 ve Tablo 12 ile detaylandırılmıştır. Haberde değinilen konuya göre kaynak konumundaki kişinin mesleği farklılaşmaktadır. Elde edilen bulgulara göre kaynağın unvan bilgisi ve uzmanlık alanı haber metinlerinde çoğunlukla belirtilmemiştir. Çalışmanın yedinci araştırma sorusunu cevaplayabilmek için yapılan analizlerde kaynakla ilgili bilgilerin yeterli düzeyde önemsenmediğini görülmektedir.

**Tablo 10. Ev İçi Spor Egzersizlerini Öneren Kaynak**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Doktor	15	12,8	12,8	12,8
Diyetisyen	3	2,6	2,6	15,4
Spor Antrenörü	24	20,5	20,5	35,9
Sanatçı	15	12,8	12,8	48,7
Resmî Kurumlar	31	26,5	26,5	75,2
Belirtilmemiş	24	20,5	20,5	95,7
Psikiyatri Uzmanı	1	,9	,9	96,6
Akademisyen	4	3,4	3,4	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Ev içi spor egzersizleri temalı haberlerde bilgisine başvuru/yer verilen kaynak istatistiklerini gösteren Tablo 10 bulgularına göre %26,5 ile “resmî kurumlar” birinci sırada yer almaktadır. Resmî kurumları, “%20,5 ile spor antrenörü, %12,8’lik oranlar ile de doktorlar ve sanatçılar” izlemektedir. Elde edilen bulgular, özellikle resmî kurumların insanlara ev içi spor egzersizlerini tanıtmaya ve önerme aşamalarında haber metinlerini önemli bir araç olarak kullandıklarını göstermektedir. Sanatçıların haber değeri taşıyan ve okurların ilgisini çeken ev içi yaşantıları doktorlar kadar ön plana çıkılmalarını sağlamıştır.

**Tablo 11. Kaynağın Unvanı**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Prof. Dr.	10	8,5	8,5	8,5
Beslenme Uzmanı	6	5,1	5,1	13,7
Doç. Dr.	2	1,7	1,7	15,4
Dr.	1	,9	,9	16,2
Belirtilmemiş	94	80,3	80,3	96,6
Uzman Dr.	4	3,4	3,4	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Tablo 10’deki bulgulara göre, belirtilen kaynakların unvanları<sup>4</sup>, Tablo 11 ile gösterilmektedir. Çalışma kapsamında analiz edilen haberlerin %80,3’ünde herhangi bir unvan bilgisine yer verilmediği görülmüştür. Sağlığı yakından ilgilendiren ve yanlış yapılması halinde insanlara ciddi zararlar verebilecek egzersiz önerilerinde kaynağın unvanına yer verilmemesi önemli bir sorun olarak tespit edilmiştir. Tablo 11’deki bulgulara göre, %8,5 ile en çok “Prof. Dr.” unvanı taşıyan kişilerin bilgisine başvurulmuştur. Prof. Dr. unvanını “%5,1 ile Beslenme Uzmanı ve %3,4 ile de Uzman Dr.” unvanları takip etmiştir. Haberlerde okurların spor yapması kadar beslenme alışkanlıklarının da sağlıklı olması amaçlandığından “Beslenme Uzmanı” olan kişilerin de bu kategoride ön plana çıktığı görülmektedir.

**Tablo 12. Kaynağın Uzmanlık Alanı**

	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde	Toplamlı Yüzde
Enfeksiyon ve Mikrobiyoloji Hastalıkları	4	3,4	3,4	3,4
Belirtilmemiş	97	82,9	82,9	86,3
Beyin ve Sinir Hastalıkları Cerrahisi	1	,9	,9	87,2
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Bölümü	3	2,6	2,6	89,7
Ortopedi ve Travmatoloji	8	6,8	6,8	96,6
Akademi	3	2,6	2,6	99,1
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	1	,9	,9	100,0
<b>Toplam</b>	<b>117</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Tablo 12’deki bulgulara göre, haberlerin %82,9’unda herhangi bir uzmanlık alanı belirtilmemiştir. Tablo 12 bulguları, Tablo 10 ve Tablo 11 bulgularıyla örtüşmekte ve Covid-19 Salgını gibi spor ve sağlığa önemli derecede ihtiyaç duyulan bir dönemde habercilikte kaynak kullanımıyla ilgili bir sorunu görünür kılmaktadır. Diğer bir ifadeyle

<sup>4</sup> Kullanılan unvan kısaltmalarının bilgileri: Profesör Doktor (Prof. Dr.), Doçent Doktor (Doç. Dr.), Doktor (Dr.) ve Uzman Doktor (Uzman Dr.).

haberde güveni sağlayan “kaynağın kim olduğu, uzmanlık alanı ve unvanı” gibi temel bilgilere yeterli düzeyde yer verilmediği görülmektedir. Tablo 12’deki bulgulara göre, %6,8 ile “Ortopedi ve Travmatoloji”, haberlerde karşımıza en çok çıkan uzmanlık alanı olmuştur. Bu alanı “%3,4 ile Enfeksiyon ve Mikrobiyoloji ve %2,6’lık oranlarıyla da Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon ile Akademi” takip etmektedir.

#### 4.8. Ev İçi Spor Egzersizleriyle İlgili Bazı Korelasyon Analizi Bulguları

Ev içi spor egzersizleriyle ilgili haberlere yönelik oluşturulan kodlama cetvelindeki 5 kısım arasındaki korelasyon ilişkilerinde genel olarak pozitif yönlü zayıf düzeyli bir ilişki söz konusudur. Bu yön ve düzey doğrultusunda, “haberlerdeki ilgi çekici unsurlar, haberlerin yazınsal ve görsel unsur kullanımı, haberlerin ilişkilendirildiği toplumsal dinamikler, haberlerin amaçları ve haberlerdeki tavsiyeler” kısımlarına yönelik korelasyon ilişkilerini Tablo 13 ile sunulmuştur.

**Tablo 13. Ev İçi Spor Egzersizleriyle İlgili Bazı Korelasyon İlişkileri**

	Haberlerdeki İlgi Çekici Unsurlar	Haberlerin Yazınsal ve Görsel Unsur Kullanımı	Haberlerin İlişkilendirildiği Toplumsal Dinamikler
Haberlerin Amaçları			-0.292**
Haberlerdeki Tavsiyeler	0.267**	0.196*	

\*\* p<0.01 ve \* p<0.05

Haberin amaçları kısmı ile haberlerin ilişkilendirildiği toplumsal dinamikler arasında negatif yönlü düşük düzeyli bir ilişki bulunmaktadır (r:-0.292; p<0.01). Diğer bir ifadeyle bilgilendirme, ikna etme, hatırlatma, farkındalık oluşturma ve merak uyandırma gibi amaçlar, ev içi egzersizlerin ilişkilendirildiği siyaset, magazin, ekonomi, kültür-sanat, teknoloji, sağlık ve eğitim gibi dinamiklerle ters yönlü düşük düzeyli ilişkisi söz konusudur. Bu bulgunun haber amaçlarının sadece spor dalıyla ilgili olmadığı; spor içeriklerinin diğer toplumsal alan ve dinamiklerle ilişkilendirilmesindeki çeşitliliğe bağlı olarak oluştuğu söylenebilir.

Haberlerde sunulan tavsiyeler ise haberlerdeki ilgi çekici unsurlar ile pozitif yönlü zayıf bir ilişkisi bulunmaktadır (r:0.267; p<0.01). Ayrıca, haberlerde sunulan tavsiyelerin haberlerde kullanılan yazınsal ve görsel kullanımı kısmı ile arasında da pozitif yönlü zayıf bir ilişkisi tespit edilmiştir (r:0.196; p<0.01 ). Bu noktada, haberde sunulan tavsiyelerin haberlerdeki ilgi çekici unsurlar ile birbirini olumlu etkilediği fakat bu etki ve ilişki yönünün düşük düzeyli olduğu şeklinde bir yorum yapılabilir.

#### Sonuç

Salgın öncesinde kamusal alandaki oyun alanlarıyla (futbol, basketbol, voleybol vb.) ön plana çıkan spor, salgının ilk yılında ev içerisine taşınmıştır. Spor haberciliği çerçevesinde ev içi spor egzersizlerini konu edinen bu çalışma kapsamında genel bulgular ortaya konulmuştur. Analiz edilen haber metinlerinin genel anlamda “farkındalık oluşturma” amacıyla yayımlandığı görülmüştür. Haber metinlerinde okurlara fiziksel sağlıkları kadar ruhsal sağlıklarını da güçlü tutmaları tavsiye edilmiştir. Bu tavsiyeler sunulurken cazibe unsuru olarak en çok güven teması tercih edilmiştir. Güven temasıyla okurlara salgın sonrası toplumsal yaşam için umut verilmiştir. Geleneksel gazetecilikte olduğu gibi yazı ve fotoğrafın birlikte kullanımıyla oluşturulan haberlerde videolara da destekleyici bir unsur olarak yer verilmiştir.

Haberlerde yer alan ev içi spor egzersizlerinin en çok “kas egzersizleriyle” ilgili olması okurların fiziksel anlamda güçlü tutulmak istenmesinden kaynaklanmaktadır. Kas egzersizleriyle birlikte solunum hareketleri de yine haberlerde önerilen ev içi spor egzersizleri arasındadır. Çalışma kapsamında elde edilen bulgular, biçimsel egzersizlerin haber metinlerinde biçimsel olmayan egzersizlerden daha fazla yer aldığını göstermektedir.

İnsanlara, uygularken zarar görmemeleri için bilinmedik spor dalları çok fazla önerilmemiştir. Bununla birlikte biçimsel olmayan egzersizler (ev temizleme, bahçe işleri vb.), biçimsel spor egzersizlerini (yoga, pilates vb.) destekleyici bir şekilde değerlendirilmiştir.

Covid-19 Salgını sürecinde analiz edilen haberlerde sporun en çok sağlıkla ilişkilendirildiği görülmüştür. Sporun doğru yapılması halinde sağlığı olumlu etkileme boyutu, iki kavram arasında bağ kurulmasını sağlamıştır. Sporun ilişkilendirildiği diğer iki önemli alansa siyaset ve magazin olmuştur. Belediyelerin gerçekleştirdikleri sanal spor seanslarını konu edinen haber metinleri “spor ve siyaset”; sanat camiasından kişilerin ev içerisindeki yaşantılarını sosyal medyada paylaşmalarıysa “spor ve magazin” alanlarını ön plana çıkarmıştır.

Çalışma kapsamında elde edilen önemli bulgulardan biri de haberlerin kaynağıyla ilgilidir. Haber metinlerinde “resmî kurumlar, spor antrenörü, doktor ve diyetisyen” gibi farklı kaynakların bilgilerine başvurulmuştur. Bilgisine başvuru alan kişilerin uzmanlık alanları ve unvanları neredeyse hiç belirtilmemiştir. Sağlık gibi insan hayatını doğrudan ilgilendiren bir konuda bilgi veren kişilerin hangi alanda yetkin olduklarını belirtmemek, okurların habere olan güvenini olumsuz etkileyebilir. Dolayısıyla sağlık haberciliğinde kaynakların uzmanlık alanları ve unvanlarını belirtmek okurların daha güvenilir bir okuma süreci gerçekleştirmeleri adına oldukça önem taşımaktadır.

Belirtilenler doğrultusunda, Covid-19 gibi kişisel alanlarda yaşama mecburiyeti oluşan salgın ve benzeri süreçlerde fiziksel, psikolojik ve sosyolojik açılardan katkı sağlaması için ev içi spor egzersizlerinin haber metinlerinde doğru bir şekilde sunulmasına maksimum düzeyde dikkat edilmelidir. Okurların ev içi spor egzersizlerini uygularken doğrudan veya dolaylı bir zarar görmemeleri adına haber kaynaklarının konuyla ilgili uzmanlardan bilgi alınarak oluşturulmalıdır. Ayrıca, sonraki çalışmalarda daha fazla sayıda internet gazetesi ve internet haber sitesi örnekleme dâhil edilerek kapsam genişletilebilir.

### **Extended Abstract**

Sport are defined as “educational and entertaining activities that are performed alone, collectively or in teams, that have their own rules/techniques, that enable the development of physical and mental abilities” (Savaş, 1997, p. 304). Sport, which has the interest and power to come out thematically, has also developed close relations with many social concepts such as “economy, politics, art, culture and health” (Pinto et al., 2020, p. 347).

Sport, which is of interest in the social sphere, is an area that is also cared for in the press and delivered to readers by its different branches. A sports press is a type of press that contains sports news by its most general definition. In other words, the sports press is a type of press that provides its readers with integral and different points of view about the event, phenomenon or object that is the subject of news (Kaya, 2000, p. 233). Sports news, which was first published in traditional newspapers and then delivered to readers via the internet, started to take place first in internet newspapers and then in traditional newspapers with the increase and spread of technological opportunities (Kazaz, 2013, p. 228). Moreover, from the past to the present, sports news has not only been a field of journalism in newspapers, but also has turned into a field of journalism that is thematically /interesting enough to come out alone (Kürkçü Dumanlı, 2016, p. 3).

The relationship between sports and health is especially important during the Covid-19 Pandemic, which is active around the world. Because, The Covid-19 Pandemic, which affected the world, caused high numbers of deaths and directly and/or indirectly

affected many areas, especially economy and politics, also affected sports activities. Almost all sports activities, including giant international sports organizations, have been postponed or cancelled. This situation has led to a decrease in people's ability to stay physically active (Drewes et al., 2021, p. 125). Many home sports exercises are recommended with news texts to people who are isolated from public space and have to live at home. News with the theme of home sports exercises guided the readers to be healthy both physically and mentally during the Covid-19 Pandemic.

In line with the aforementioned, the main problem of this study has been determined as a lack of due diligence regarding the formal and structural framework of domestic sports-themed news in internet newspapers and internet news sites. The main problem of the study was chosen because of the fact that home sports exercises were made visible/ popular in the media by many different institutions and people during the Covid-19 Pandemic. The study is important in terms of obtaining remarkable findings regarding the presentation and construction process of the news, and revealing that the sources whose information is consulted in the news containing home sports exercises are given a low level of occupation and expertise. Sports news on the topic of home exercises, including "formal and non-formal" it is presented in two different ways. The recommended formal home sports exercises are yoga, dancing and weight lifting, while the non-formal home sports exercises are laundry and dishwashing, cleaning and gardening.

In this study, in which content analysis method was used, six websites (internet newspapers and internet news sites) were analyzed based on Alexa data. Based on the assumption that news texts are a source of information about home sports exercises during the Covid-19 Pandemic process, this study included seven research questions:

- *Research Questions 1:* How is the distribution and design of news texts published during the Covid-19 Pandemic in Internet organizations?
- *Research Questions 2:* What are the purposes of home sports exercises in the news texts published during the Covid-19 Pandemic?
- *Research Questions 3:* What are the recommendations and points of interest used to promote home sports exercises in news texts published during the Covid-19 Pandemic?
- *Research Questions 4:* What are the types of home sports exercises that stand out in the news texts published during the Covid-19 Pandemic?
- *Research Questions 5:* What kind of benefits of home sports exercises are mentioned in the news texts published during the Covid-19 Pandemic?
- *Research Questions 6:* What are the social dynamics that home sports exercises are associated with in news texts published during the Covid-19 Pandemic?
- *Research Questions 7:* What is the information about the source that provides information about home sports exercises in the news texts published during the Covid-19 Pandemic?

According to the findings obtained, before the Covid-19 Pandemic, playgrounds in public places (football, basketball, volleyball, etc.) the sport that came to the fore was moved to the home, especially in the first year of the pandemic. In this process, internet newspapers/news sites have taken an important role in promoting sports that can be done in the home and making these sports right. It has been observed that the analyzed news texts have been published for the purpose of "raising awareness" in a general sense. In the news texts, readers have been advised to keep their mental health as well as their physical health strong. When presenting these recommendations, the theme of "trust" was most preferred as an element of attraction. The fact that home sports exercises in the news are mostly



related to “muscle exercises” is due to the desire to keep the readers physically strong. Along with muscle exercises, respiratory movements are also among the home sports exercises recommended in the news. The findings obtained within the scope of the study show that formal exercises take place more in news texts than informal exercises. In the news analyzed during the Covid-19 Pandemic process, it has been observed that sports are most associated with health. Two other important dynamics with which sports has been associated have been politics and magazines. One of the important findings obtained within the scope of the study is related to the source of the news. The information of different sources such as “official institutions, sports coach, doctor and dietitian” was referenced in the news texts. The areas of expertise and titles of the people referred to for their knowledge are almost never specified.

#### Kaynakça

- Atalay, A. (2004). *Spor, medya ve serbest zaman*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Atasoy, B. ve Kuter-Öztürk F. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Basmacı, G. (2020). İnternet spor gazeteciliğinde kadın bedeninin temsili: sporx gazetesi. *International Journal of Social and Humanities Sciences (IJSHS)*, 4(1), 129-144.
- Budak, E. (2019). Türk medyasında dijital spor yayıncılığı üzerine bir araştırma. *TRT Akademi*, 4(8), 226-245.
- Bülbül, R. (2000). *Genel gazetecilik bilgileri*. Konya: Paragraf Yayınları.
- Çakır, H. (2008). Türk basınında ilk spor gazetesi “futbol”. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 26, 169- 195.
- Çetin, E. (2015). Sporla ilgili türk basınında yer alan ilkyazı: ali ferruh bey ve “eskrim” makalesi. *International Journal of Social Science*, 37, 149-157.
- Drewes, M. Daumann, F. ve Follert, F. (2021) Exploring the sports economic impact of covid-19 on professional soccer. *Soccer & Society*, 22(1), 125-137.
- Ekmekçi, A. Ekmekçi, R. ve İrmiş, A. (2013). Küreselleşme ve spor endüstrisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(1), 91-117.
- Erdemli, A. (2002). *Temel sorunlarıyla spor felsefesi*. İstanbul: E Yayınları.
- Gümüşgöl, O. ve Aydoğan, R. (2020). Yeni tip koronavirüs- covid-19 kaynaklı evde geçirilen boş zamanların ev içi rekreatif oyunlar ile değerlendirilmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 107-114.
- İnce, M. (2017). Türk spor basınında asparagas haber ve spor ekonomisine etkileri. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2) , 547-563.
- Kaplan, Y. ve Akkaya, C. (2015). Spor kültürü ve Türkiye’de spor. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(2), 114-119.
- Kaya, A. Y. (2000). Spor basınının kamusal boyut ve işlevleri. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 10, 231-249.
- Kazaz, M. (2013). Geleneksel habercilikten internet haberciliğine geçiş sürecinde spor basını. *Selçuk İletişim*, 4(4), 220-229.
- Kürkçü Dumanlı, D. (2016). Spor haberciliği ve twitter: ulusal spor gazeteleri üzerine bir araştırma. *XXI. Türkiye’de İnternet Konferansı*, 1-9.
- Lim, Michael A. ve Pranata, R. (2021). Sports activities during any salgınc lockdown. *Irish*

*Journal of Medical Science*, 447-451.

- Mattioli Anna V. Puviani, Ballerini M. Nasi, M. ve Farinetti, A. (2020). Covid-19 pandemic: the effects of quarantine on cardiovascular risk. *European Journal of Clinical Nutrition*, 74, 852-855.
- Mutz, M. (2021) Forced adaptations of sporting behaviours during the covid-19 pandemic and their effects on subjective well-being. *European Societies*, 23(1), 184-198.
- Öğülmüş, S. (2019). İçerik çözümlemesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 24(1), 213-228.
- Özkan, Ö. ve Diliçikık, U. (2020) Covid-19 Pandemisi'nde ne yapmalıyım ve nasıl yapmalıyım? *Medical Research Reports*, 3(1), 172-175.
- Özsoy, S. (2011). Spor basınının tarihi ve türkiye'de 1950'den günümüze yaşanan değişim. *Marmara İletişim Dergisi*, (18), 208-223.
- Özsoy, S. (2012). Türkiye'de bilişim teknolojisi ile değişen spor gazeteciliği. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 0(41), 81-102.
- Pinto, Jessica A. Dunstan, Dawid W. Owen, N. Bonfa, E. ve Gualano, B. (2020). Combating physical inactivity during the covid-19 pandemic. *Nature Reviews Rheumatology*, 16, 347-348.
- Savaş, İ. (1997). *Spor genel kültürü*, İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Tezcan, M. (2019). Toplumsal değişme ve spor. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 25(2), 617-623.
- Wedig, Isaac J. Duelle, Tristan A. ve Elmer Steven J. (2021). Stay physically active during Covid-19 with exercise as medicine, *Br J Sports Med*, (55), 346-347.
- Yeniçağ, A. ve Erdoğan, E. (2020). Ev çatısında pet şişe ve yastıkla şampiyonluğa hazırlık. <https://www.iha.com.tr/haber-ev-catisinda-pet-sise-ve-yastikla-sampiyonluga-hazirlik-843752/>. Erişim Tarihi: 04.03.2023.
- Yüksel, Y. (2015). İçerik çözümlemesi. [https://www.academia.edu/24209083/%C4%B0%C3%87ER%C4%B0K\\_%C,2015,3.87:C3](https://www.academia.edu/24209083/%C4%B0%C3%87ER%C4%B0K_%C,2015,3.87:C3). Erişim Tarihi: 20.03.2022.

**Araştırmacı Katkı Oranı:** *Bu çalışmada, araştırmacıların eşit oranda katkısı bulunmaktadır.*

**Destekleyen Kurum/Kuruluşlar:** *Bu çalışmada, herhangi bir kurum/kuruluştan destek alınmamıştır.*

**Çıkar Çatışması:** *Bu çalışmada, herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.*